**Меню приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет /**

**На 20.03.2025**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование  блюда** | **Выход  блюда** | | **Пищевые  вещества (г)** | | | **Энергети- ческая  ценность  (ккал)** | **N  рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| ясли | сад |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3 Неделя День 4** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак: | Каша гречневая с маслом  Кофейный напиток  Булка с маслом | 110  150  25/3 | 120  200  30/5 | 13,71  1,56  6,12 | 8,22  1,62  2,97 | 19,37  8,84  54,1 | 221,54  54,64  340 | 5  138  1 |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак: | Сок персиковый | 100 | 103 | 0,4 | - | 11,5 | 47 | 134 |
| **Итого за 2-й завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед: | Суп полевой с курами  Хлеб  Рыбная котлета  Тушеный картофель  Компот яблочный | 150  25  60  130  150 | 200  35  60  160  200 | 1,83  3  10,6  5,79  0,61 | 2,04  0,5  10,5  0,62  0,04 | 7,91  22,16  30,5  16,36  19,63 | 95,3  94,5  171,6  291,07  76,4 | 73  2  282  161  4/10 |
| **Итого за обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник: | Кисель  Булка | 150  25 | 200  30 | 0,76  2,3 | 6,09  1,2 | 3,38  27,2 | 69,3  104,8 | 6/4  147 |
| **Итого за полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за   день:** |  | **1507** |  | **51,82** | **42,09** | **233,59** | **1697,13** |  |